

## 呉羽青少年自然の家









	18 h 1 1	\% <b>A</b> _ <b>\</b>	024. 3. 28頁新	
	パターン①	パターン②	パターン③	
	1(月)-4(木)- <mark>7(日)</mark> -10(水)-13(土)-16(火) -19(金)-22(月)-25(木)- <mark>28(日)</mark>	2(火)·5(金)·8(月)·11(木)·14(日)·17(木) -20(土)·23(火)·26(金)·29(月)	3(水)·6(土)·9(火)·12(金)·15(月)·18(木) ·21(日)·24(水)·27(土)·30(火)	
朝食	- ご飯	- ご飯	- ご飯	朝食
	・ たまごやき	・たまごやき	・たまごやき	
	・ ポークソーセージ	・ 蒸ししゅうまい	・ミートボール	
	・ ごろっとポテトサラダ	・ ごろっとポテトサラダ	・ ごろっとポテトサラダ	
	<ul><li>ポイル野菜</li></ul>	・ ボイル野菜	・ ポイル野菜	
	- ふりかけ(たまご-さけ)2種	- ふりかけ(たまご・さけ)2種	- ふりかけ(たまご・さけ)2種	
	- 味噌汁	- 味噌汁	- 味噌汁	
昼食	<ul><li>カレーライス</li></ul>	- わかめごはん	・ ハヤシライス	昼食
	<ul><li>白身魚フライ</li></ul>	- ハンパーグ	・コロッケ	
	・ スナップえんどうサラダ	- 皮付きポテトフライ	・ いんげんコーン和え	
	・ せんキャベツ	・ ブロッコリーサラダ	・ せんキャベツ	
	• ミニゼリー	・ せんキャベツ	・ミニゼリー	
	・ コンソメスープ	・ミニゼリー	・コンソメスープ	
		・ 春雨中華スープ		
		* *		
		- ご飯	- ご飯	
夕食		- 鶏のから揚げ	・メンチカツ	夕食
	・ ピーマン肉詰めフライ	・ミニアジフライ	- さば塩焼き	
	- がんもとれんこんの煮物	- 切干大根と小松菜の煮びたし	・コロコロポテト	
	<ul><li>スパゲティー青じそドレサラダ</li></ul>	・ かぼちゃとマカロニのマヨサラダ	<ul><li>ビーフンのカラフル炒め</li></ul>	
	・ せんキャベツ	・せんキャベツ	・せんキャベツ	
	・フルーツ	・フルーツ	・フルーツ	
	<u>・</u> 中華スープ	・ すまし汁	• すまし汁	
			, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	
В	1(月)-4(木)-7(日)-10(水)-13(土)-16(火) -19(金)-22(月)-25(木)-28(日)	2(火)・5(金)・8(月)・11(木)・14(日)・17(水) ・20(土)・23(火)・26(金)・29(月)	3(水)-6(土)-9(火)-12(金)-15(月)-18(木) -21(日)-24(水)-27(土)-30(火)	В

- ※ 一部の献立に個数制限を設けております。ご了承ください。
- ※ 都合により、内容を変更する場合があります。ご了承ください。

